

BMX CLUB SAULON-LA-CHAPELLE

STAGE FEVRIER

Jeudi 18 FEVRIER 2016

Thématique : «Préparation à la compétition »

- Horaires :**
- 09h30 - 10h00 : Accueil
 - 10h00 - 12h30 : entraînement
 - 12h30 - 13h30 : pause - repas tiré du sac
 - 13h30 - 14h00 : Jeux pour échauffement
 - 14h00 - 16h30 : reprise entraînement
 - 16h30 - 17h00 : analyse de la journée + goûter offert

Encadrement : Franck JUNOT Entraîneur club (BF2)

Tarif : 15 € la journée

Inscriptions jusqu'au 13 février 2016, par mail : stef_roux@yahoo.fr

Règlements par chèque à l'ordre du BC SAULON à remettre lors des entraînements à un responsable du club ou à adresser à Stéphanie Roux-12 allée de la Grillette-21220 EPERNAY SOUS GEVREY

Les inscriptions seront prises dans l'ordre d'arrivée. Attention nombre de pilotes limité

En cas d'intempéries ou de non praticabilité suffisante de la piste, le stage pourra être annulé



Je soussigné Mr, Mme _____

Adresse _____

E-Mail _____

Déclare inscrire au stage de BMX le :

18 février 2016

mon fils, ma fille _____ né(e) le _____

licencié(e) au club de _____ N° Licence _____ Catégorie _____

et autorise les dirigeants à prendre toutes les dispositions nécessaires en cas d'accident.

① Domicile _____ ① Portable _____ ① Travail _____

Allergies, observations _____

Fait à _____, le _____

Signature